

# DESCRIPTIF DES COURS

## PIT AIR PAN

### BABY DE 1 à 3 ANS

Ce cours est destiné aux jeunes enfants accompagnés de leurs parents, et vise à éveiller l'enfant et à développer ses aptitudes motrices, relationnelles et perceptives tout en permettant aux parents de partager un moment privilégié avec leurs enfants.

Nous proposons des parcours moteur incluant : poutre, plans inclinés, trapèze, mini-trampolines, tyrolienne, murs d'escalade, toboggan, corde à tarzan ainsi que les grands trampolines.

### DE 4 à 6 ANS

Les enfants prennent leur indépendance et participent aux cours sans leurs parents. Au travers d'exercices simples et de jeux, nous favorisons la prise de repères dans l'espace et stimulons le développement physique et moteur.

Nous commençons à travailler les figures de base au trampoline et au sol et abordons les aériens avec le trapèze et le mur d'escalade.

Le travail de groupe implique aussi l'apprentissage de règles de vie et de sécurité inhérentes à l'activité acrobatique. Apprendre à laisser passer à écouter et à accepter les différences de l'autre. Les enfants se socialisent à travers une activité physique et sportive.

### DE 7 à 10 ANS

L'enfant gagne en dextérité, il améliore son équilibre et affine la coordination de ses gestes. Le programme favorise le développement du tonus musculaire, le gain de souplesse, l'amélioration de la concentration et permet de renforcer la confiance en soi. Nous abordons généralement les premiers saltos simples et vrillés, ainsi que le perfectionnement des inversions au sol.

Objectifs : Progressions techniques, bon esprit de groupe et du plaisir !

## **DE 11 à 17 ANS**

Le programme a pour but principal le perfectionnement et les nouvelles acquisitions de figures acrobatiques. Il consiste à augmenter les aptitudes acrobatiques au travers l'apprentissage de figures de plus en plus complexes. A réaliser des saltos sur divers supports : trampoline, mini tramp, au sol et même contre un mur !

Bien que plus intense, les cours conservent une ambiance de loisir et sont destinés à tous les niveaux de pratiquants.

## **ADULTE**

Acquisitions et perfectionnement de figures acrobatiques simples ou plus complexes principalement au sol et au trampoline. Les enseignements sont adaptés en fonction de la condition physique et du niveau de chacun.

Ambiance garantie, toujours dans le respect, la joie et la bonne humeur...  
bienvenue aux débutants !